

Üniversite Öğrencilerinde Rekreatif Faaliyetlerin Yaşam Doyumu ve Boş Zamanın Anlamına Etkisinin Farklı Değişkenler Işığında İncelenmesi

Naile ŞAHİN¹ Mehmet DEMİREL²

¹ Yüksek Lisans Mezunu, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı, Konya, Türkiye, naileshn2006@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-4593-9850>

² Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Rekreasyon Yönetimi, Konya, Türkiye, mdemirel@erbakan.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0003-1454-022X>

Makale Bilgileri

ÖZ

Makale Geçmişi

Geliş: 11.11.2023

Kabul: 16.12.2023

Yayın: 31.12.2023

Anahtar Kelimeler:

Rekreasyon,
Boş Zaman,
Yaşam Doyumu,
Boş Zaman Anlamı.

Bu çalışmanın amacı; Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ile boş zamanın anlamı ilişkisi incelenerek; rekreatif faaliyetlere yönelik üniversite öğrencilerinin görüşleri araştırılarak hangi sebeplerden dolayı bu faaliyetlere yöneldikleri ve yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesidir. Çalışma üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunda önemli bir etken olan rekreasyonun önemini yansıtmaya ve üniversite yönetimine bu doğrultuda çalışma haritası belirleyebilecek olması sebebiyle önem taşımaktadır. Bu amaç doğrultusunda Necmettin Erbakan Üniversitesinde öğrenim gören toplam 406 bireye boş zaman katılım ve tatminine yönelik sorulardan oluşan anket uygulaması yapılmıştır. Katılımcıların boş zamanlarına vermiş oldukları anlam düzeyini belirlemek için Esteve ve diğerleri (1999) tarafından geliştirilen Gürbüz ve diğerleri (2007) tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği yapılan "Boş Zaman Anlamı" ölçeği, yaşam doyumu düzeyinin belirlenmesi için ise Diener ve diğerleri (1985) tarafından geliştirilen, Yetim (1993) tarafından Türkçeye uyarlanan "Yaşam Doyum Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler SPSS 23.0 programı ile analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine yönelik gerçekleştirilen Çarpıklık ve Basıklık test sonuçlarına göre verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterdiği saptandıktan sonra, 2 seçeneğe sahip bağımsız değişkenler için bağımsız örneklem t-testi, ikiden fazla seçeneğe sahip değişkenler için ise tek yönlü varyans analizi (Anova) gerçekleştirilmiştir. İlgili ölçekler arasındaki ilişkiyi tespit etmeye yönelik olarak ise "Pearson Korelasyon" analizi gerçekleştirilmiştir. Sonuç olarak Yaşam doyumu ile Boş zamanın anlamı ilişkisinin incelendiği bu çalışmada örneklem grubunu oluşturan Necmettin Erbakan Üniversitesi öğrencilerinin rekreatif faaliyetlerin anlamı ile yaşam doyumu ilişkisine yönelik; cinsiyet, yaş ve gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılıklar, fakülte ve öğretim türü değişkenine göre anlamlı bir farklılık olmadığını ortaya koymuştur.

Investigation of the Effect of Recreative Activities on Life Satisfaction and Meaning of Leisure Among University Students in the Light of Different Variables

Article Info

ABSTRACT

Article History

Received: 11.11.2023

Accepted: 16.12.2023

Published: 31.12.2023

Keywords:

Recreation,
Leisure,
Life Satisfaction,
Leisure Meaning.

The aim of this study; By examining the relationship between life satisfaction and the meaning of leisure time in university students; The aim of this study is to investigate the opinions of university students on recreational activities and to examine the reasons why they turn to these activities and their relationship with life satisfaction. The study is important because it reflects the importance of recreation, which is an important factor in the life satisfaction of university students, and will help university administrations determine a study map in this direction. For this purpose, a questionnaire consisting of questions about leisure participation and satisfaction was applied to a total of 406 individuals studying at Necmettin Erbakan University. The "Leisure Meaning" scale, developed by Esteve et al. (1999) and validated in Turkish by Gürbüz et al. (2007), was used to determine the level of meaning that participants gave to their leisure time. It was developed by Diener et al. (1985) to determine the level of life satisfaction. 'Life Satisfaction Scale' adapted to Turkish by Yetim (1993) was used. Data were analyzed with SPSS 23.0 program. According to the results of the Skewness and Kurtosis test performed to determine whether the data showed a normal distribution, it was determined that the data showed a normal distribution. After it was determined that the data showed a normal distribution, independent samples t-test was performed for independent variables with 2 options, and one-way analysis of variance (Anova) was performed for variables with more than two options. Pearson Correlation analysis was carried out to determine the relationship between the related scales. As a result, in this study, in which the relationship between life satisfaction and the meaning of leisure time was examined, the students of Necmettin Erbakan University, who constituted the sample group, on the relationship between the meaning of recreational activities and life satisfaction; significant differences according to the gender, age and income level variable, and no significant difference according to the faculty and type of education variable.

Atf/Citation: Şahin, N., & Demirel, M. (2023). Üniversite öğrencilerinde rekreatif faaliyetlerin yaşam doyumu ve boş zamanın anlamına etkisinin farklı değişkenler ışığında incelenmesi. *Edutech Research Dergisi*, 1(1), 83-97.



"This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) (CC BY-NC 4.0)"

GİRİŞ

Günümüzdeki hızlı teknolojik gelişmeler, artan nüfus ve şehir yaşamının hızlı temposu, bireyleri rekreatif faaliyetlere katılımlarını kısıtlamaya yönlendirmektedir. Bu durum, insanların potansiyel enerjilerini harcamakta ve sahip oldukları yetenekleri ortaya çıkarmakta zorlanmalarına neden olmaktadır. Ayrıca, sürekli bir stres ve baskı hissi yaratmaktadır. Özellikle genç nesil, enerjilerini etkili bir şekilde kullanamamanın etkisi altında sürekli bir hareket isteği duymakta ve değişim arzusuyla yeniliklere yönelmektedir. Bu durum, gençlerin karşılaştığı sorunlar ve sıkıntılarla başa çıkma becerilerini olumsuz yönde etkileyebilir (Karaküçük, 2005). Rekreatif faaliyetlere yeterince zaman ayırmamak, bireylerin fiziksel sağlıklarını olumsuz etkileyebilirken, aynı zamanda zihinsel sağlıklarını da tehdit edebilir. Modern yaşamın getirdiği bu zorluklarla başa çıkmak adına bireylerin, kendilerine zaman ayırmaya ve enerjilerini olumlu bir şekilde yönlendirmeye odaklanmaları yaşam kalitesinin artırılması yönünde ciddi değişikliklere neden olabilir. Bu konuda ise boş zaman kavramının bireyler üzerindeki anlamını belirlemek önem arz etmektedir.

Üniversite öğrencileri ve gençler, birlikte geçirdikleri günlük yaşantılarında, toplumun ortak fertleri olmalarına rağmen, çevresel faktörler, eğitim durumları, üretkenlik düzeyleri ve ailelerinin sahip olduğu sosyal, kültürel ve ekonomik yapıların çeşitliliği nedeniyle farklı kültürel donanımlara sahiptirler. Bu çeşitlilik, gençlerin boş zaman anlayışlarını şekillendirmekte, aynı zamanda yaşam tatminlerini etkilemektedir. Günümüzde, okullarda geçirilen boş zaman; eğitim kavramının amacına ulaşabilmesi için, öğrencilerin toplum içindeki yerlerini bulmaları, sosyal olarak gelişmeleri ve kültürel aktarım ile birbirleriyle etkileşimde bulunmaları için kritik bir öneme sahiptir (Karataş, 2006). Yapılan çalışmalar, bireylerin rahatlamak ve kendilerini geliştirmek için boş zamanlarını etkili bir şekilde değerlendirmelerinin, potansiyel fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik sağlık sorunlarını önlemede önemli bir rol oynayabileceğini göstermektedir (Çay, 2011). Bu bağlamda, gençlerin farklı kültürel arka planlarına saygı göstermek, boş zamanlarını verimli bir şekilde değerlendirmek için çeşitli aktiviteleri keşfetmek ve toplumsal etkileşimleri artırmak, hem bireyler arasındaki anlayışı derinleştirecek hem de genel yaşam doyumunu olumlu yönde etkileyecektir.

Yaşam doyum kavramı (Barkale Şahin, 2022; Çakır ve Dilmaç, 2019; Türkel ve Dilmaç, 2019; Zhungalbekov ve Efilti, 2023), kişisel iyi oluş ve mutluluk anlayışlarıyla örtüşen bir anlam taşımakla birlikte bireylerin başarıları ile istekleri arasındaki ilişkiyi belirleyen çeşitli durumsal faktörlerin bir fonksiyonu olarak ifade edilmektedir (Glass vd., 1997). Ayrıca, yaşam doyum, iyi olma ve mutluluğun bilişsel bir etmeni olarak da görülmektedir (Alfonso vd., 1996). Yaşam doyumunu değerlendirmesi, bireylerin kendi amaç ve istekleri doğrultusunda, kendi öz değerleriyle uyumlu bir şekilde gerçekleştirdikleri bir değerlendirmedir. Bu değerlendirme, bireylerin genel yaşamlarıyla ilgili verdikleri cevapların bir bütünüdür. Aile, sağlık, iş, gelir, özgürlük ve mutluluk gibi faktörler, yaşam doyumunu etkileyebilecek önemli unsurlardır. Bireylerin kendi özelliklerine göre yaptığı bu değerlendirmeler, kişisel eğilimlerini, değerlerini ve düşüncelerini yansıtmaktadır (Chiang, 2010). İnsanların çok çeşitli istekleri ve hedefleri olduğu göz önüne alındığında, yaşam doyum kavramının tanımlanması karmaşıklaşmaktadır (Wang, 2008). Yaşam doyum, bireyin kendi benzersiz perspektifinden kaynaklanan çok yönlü bir deneyimi ifade ettiği söylenebilir.

Verilmiş bilgilerden hareketle bu araştırmada üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeyleri ile boş zaman anlamı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmış olup araştırmanın amacına uygun bir şekilde aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

- Üniversite öğrencilerinin yaşam doyum ve boş zaman anlam düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık oluşmakta mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin yaşam doyum ve boş zaman anlam düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık oluşmakta mıdır?

- Üniversite öğrencilerinin yaşam doyum ve boş zaman anlam düzeyleri ile gelir değişkeni arasında anlamlı bir farklılık oluşmakta mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeyleri ile boş zaman anlam düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?

Belirtilen sorular doğrultusunda gençler ve üniversite öğrencileri üzerine yapılan bu çalışmanın önemi, bu grupların boş zaman aktiviteleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi anlamak açısından incelemek ve böylelikle üniversite yönetimleri ile yerel yönetimlere faaliyet alanları oluşturulurken yönlendirici olabilmesini sağlayabilmektir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırmada üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeyleri ile boş zaman anlamı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmış olmasında dolayı, çalışma ilişki tarama modeline göre yürütülmüştür. İlişkisel tarama modeli bir araştırma modeli olarak, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi belirlemeye odaklanan bir tarama yaklaşımını temsil eder. Bu model, değişkenler arasındaki ilişkiyi ve birbirlerini nasıl etkilediklerini anlamaya yöneliktir (Karasar, 2011).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Necmettin Erbakan Üniversitesi'nde 2021-2022 eğitim öğretim döneminde eğitim gören öğrenciler oluşturmaktadır. 2021-2022 eğitim öğretim döneminde Necmettin Erbakan Üniversitesi'nde toplam 32.545 öğrencinin olduğu belirtilmiştir (URAP, 2022). Sample Size Calculator kullanılarak hesaplanan %95 güven aralığı ve %5 hata payı ile en düşük ulaşılması gereken örneklem sayısı ise 380 olarak tespit edilmiştir (Survemonkey, 2022). İlgili eğitim öğretim yılında pandemi döneminin yaşanması sebebiyle araştırmada basit tesadüfi örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Araştırma sonucunda toplam 406 katılımcıya ulaşılmış olup katılımcıların demografik bilgileri Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bilgileri

Değişkenler		f	%
Cinsiyet	Kadın	177	43,6
	Erkek	229	56,4
	Toplam	406	100,0
Yaş	17-20 Yaş	85	20,9
	21-24 Yaş	229	56,4
	25 ve Üstü	92	22,7
	Toplam	406	100,0
Gelir Düzeyi	Çok Kötü	13	3,2
	Kötü	67	16,5
	Normal	194	47,8
	İyi	97	23,9
	Çok İyi	35	8,6
	Toplam	406	100,0

Tablo 1'e bakıldığında araştırmaya dahil olan katılımcıların, %56,4'ünün erkek, %56,4'ünün 21-24 yaş grubunda olduğu, %47,8'inin gelir düzeyinin normal olduğu görülmektedir.

Veri Toplama Araçları ve Süreçleri

Araştırmada katılımcıların cinsiyet, algılanan gelir durumu ve yaşlarını belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulan demografik bilgi formuna ek olarak "Boş Zaman Anlamı Ölçeği" ve "Yaşam Doyumu Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler ise araştırma döneminin pandemi sürecine olması

sebebiyle anket formu Google Formlar üzerinden oluşturulup Whatsapp ve mail üzerinden katılımcılara gönderilerek toplanmıştır. Çalışmada sınırlılık olarak üniversite öğrencileri ele alınmış olup verilerin pandemic sürecinde toplanmaya çalışılması veri toplama sürecini etkileyen ve zorlaştıran bir faktör olarak ortaya çıkmıştır.

Boş Zaman Anlamı Ölçeği

Katılımcıların boş zamanlarına vermiş oldukları anlam düzeyini belirlemek için Esteve ve diğerleri (1999) tarafından geliştirilen Gürbüz ve diğerleri (2007) tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği yapılan “Boş Zaman Anlamı” ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 35 madde ve 8 alt boyuttan oluşmakla birlikte 6’lı likert tipi “1=Kesinlikle Katılmıyorum, 6=Tamamen Katılıyorum” şeklindedir. Bu çalışma kapsamında toplanan veriler üzerinde hesaplanan toplam ölçek iç tutarlık katsayısı (Cronbach Alpha) Boş Zaman Anlamı Ölçeği için nin alt boyutlarında sırasıyla Aktif Pasif Katılım ,910, Sosyal Etkileşim ,908, Algılanan Yeterlilik ,904, Boş Zaman Kullanılabilirliği ,904, Algılanan Özgürlük ,901, İçsel Motivasyon ,907 ve Hedef Yönelimi alt boyutunda ise ,903 tespit edilmiştir.

Yaşam Doyumu Ölçeği

Bireylerin, yaşam doyum düzeylerini belirlemede, Diener ve diğerleri (1985) tarafından geliştirilen, Yetim (1993) tarafından Türkçeye uyarlanan ‘Yaşam Doyum Ölçeği’ kullanılmıştır. 5 maddeden oluşan ölçek; 7’li Likert tipinde hazırlanmış, puanlama da buna göre yapılmıştır. Likert seçenekleri “Kesinlikle Katılmıyorum (1)”, “Katılmıyorum (2)”, “Kısmen Katılmıyorum (3)”, “Kararsızım (4)”, “Kısmen Katılıyorum (5)”, “Katılıyorum (6)” ve “Kesinlikle Katılıyorum (7)” şeklinde sıralanmıştır. Bu çalışmada toplanan veriler üzerinde hesaplanan Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı ise ,925’dir.

Verilerin Analizi

Çalışmada elde edilen verilerin analizinde SPSS 23.0 paket programı kullanılmış olup katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımlarını belirlemek için yüzde ve frekans tanımlayıcı istatistik yöntemleri, verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri kontrol edilmiştir. Yapılan incelemeler sonucu verilerin normal bir dağılıma sahip olduğu belirlenmiştir (Tablo 2). Jondeau ve Rockinger (2003)’ e göre alt boyutların çarpıklık ve basıklık katsayılarının +3 ile -3 arasında değiştiğinde bu alt boyutlarında normal dağılım parametrelerine uygun şartlar taşıdığını belirtmiştir. Verilerin istatistiksel analizinde tanımlayıcı istatistiksel modellerin yanı sıra t-testi, anova, anlamlı grupların tespiti için Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi ve korelasyon analiz yöntemleri kullanılmıştır ($\alpha = 0.05$).

Tablo 2. Ölçek Puanlarının Dağılımı

Alt Boyutlar	Madde Sayısı	N	Ort.	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Yaşam Doyumu (YDÖ)	5	406	4,20	1,17	-,309	-,475
BZAÖ 1 (Aktif-Pasif Katılım)	5	406	4,51	,888	-,749	,832
BZAÖ 2 (Sosyal Etkileşim)	5	406	4,57	1,01	-1,05	1,58
BZAÖ 3 (Algılanan Yeterlilik)	4	406	4,75	,978	-1,10	1,92
BZAÖ 4 (Boş Zamanın Kullanılabilirliği)	5	406	4,61	1,00	,958	,893
BZAÖ 5 (Algılanan Özgürlük)	5	406	4,54	1,07	-1,17	1,38
BZAÖ 6 (İçsel Motivasyon)	3	406	4,49	1,01	-,982	1,49
BZAÖ 7 (Hedef Yönelimi)	3	406	4,64	1,07	-1,10	1,35
BZAÖ 8 (İş İlişkisi)	5	406	4,69	,941	-,978	1,49

Tablo 2’de çalışma kapsamındaki katılımcıların; Yaşam Doymu Ölçeği (YDÖ) ve Boş Zaman Anlamı Ölçeği (BZAÖ) alt boyutlarından aldıkları puanların ortalamaları ve çarpıklık ile basıklık değerleri verilmiştir. Buna göre YDÖ için ortalamanın 4,20 olduğu, BZAÖ alt boyutlarında en yüksek ortalamanın 4.75 ile “Algılanan Yeterlilik (BZAÖ 3)” alt boyutunda olduğu belirlenmiştir.

Etik

Yapılan bu çalışma Necmettin Erbakan Üniversitesi tarafından verilen Etik Kurul Onayı ve 2020/86 karar numarası ile yürütülmüştür.

BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde katılımcıların boş zamanın anlamı ile yaşam doyumlarına ilişkin görüşleri cinsiyet, yaş ve gelir düzeylerine göre incelenmiş; belirtilen değişkenlere göre anlamlı farklılıklar belirlenmeye çalışılmıştır. Ayrıca yaşam doymu ile boş zamanın anlamı arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığının tespit edilmesi için ise korelasyon analizi yapılmıştır.

Tablo 3. Cinsiyet Değişkenine Göre Katılımcıların Yaşam Doymu ve Boş Zaman Anlamı İle İlgili Görüşlerine İlişkin T-Testi Tablosu

Alt Boyutlar	Değişken	Ort.	Ss	T	p
Yaşam Doymu Ölçeği (YDÖ)	Kadın	4,3492	1,18183	2,21	,027
	Erkek	4,0908	1,15446		
BZAÖ 1 (Aktif-Pasif Katılım)	Kadın	4,6395	,77987	2,444	,015
	Erkek	4,4236	,95475		
BZAÖ 2 (Sosyal Etkileşim)	Kadın	4,7164	,84033	2,532	,012
	Erkek	4,4603	1,12470		
BZAÖ 3 (Algılanan Yeterlilik)	Kadın	4,8277	,78965	1,408	,160
	Erkek	4,6900	1,10071		
BZAÖ 4 (Boş Zamanın Kullanılabilirliği)	Kadın	4,7062	,85574	1,655	,099
	Erkek	4,5406	1,09831		
BZAÖ 5 (Algılanan Özgürlük)	Kadın	4,6429	,96340	1,555	121
	Erkek	4,4760	1,14982		
BZAÖ 6 (İçsel Motivasyon)	Kadın	4,5348	,93552	,721	,471
	Erkek	4,4614	1,07564		
BZAÖ 7 (Hedef Yönelimi)	Kadın	4,7458	1,01629	1,679	,094
	Erkek	4,5648	1,12186		
BZAÖ 8 (İş İlişkisi)	Kadın	4,7797	,83178	1,584	,114
	Erkek	4,6306	1,01598		

Cinsiyet değişkenine göre Yaşam Doymu Ölçeği ile Boş Zaman Anlamı Ölçeği alt boyutları arasında yapılan T Testi sonuçlarına göre katılımcıların yaşam doyumları ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık olduğu ($p<0.05$), katılımcıların cinsiyetlerine göre boş zamanın anlamı arasında ise “Aktif Pasif Katılım” ve “Sosyal Etkileşim” alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). Diğer alt boyutlarda ise anlamlı farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır ($p>0.05$).

Tablo 4. Yaş Değişkenine Göre Katılımcıların Yaşam Doyumu ve Boş Zaman Anlamı ile İlgili Görüşlerine İlişkin Anova Testi Tablosu

Alt Boyutlar	Değişken	Ort.	Ss	F	p	Tukey
Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)	17-20 Yaş	3,8329	1,16735	7,765	,000	1-2 1-3
	21-25 Yaş	4,2157	1,18385			
	26 ve Üzeri	4,5152	1,05715			
BZAÖ 1 (Aktif-Pasif Katılım)	17-20 Yaş	4,2824	1,06873	4,758	,009	1-3
	21-25 Yaş	4,5380	,85788			
	26 ve Üzeri	4,6848	,72943			
BZAÖ 2 (Sosyal Etkileşim)	17-20 Yaş	4,3529	1,19469	2,598	,076	
	21-25 Yaş	4,6148	1,00261			
	26 ve Üzeri	4,6674	,84400			
BZAÖ 3 (Algılanan Yeterlilik)	17-20 Yaş	4,5176	1,24151	3,170	,043	1-2
	21-25 Yaş	4,8275	,89849			
	26 ve Üzeri	4,7717	,86654			
BZAÖ 4 (Boş Zamanın Kullanılabilirliği)	17-20 Yaş	4,4188	1,13751	2,392	,093	
	21-25 Yaş	4,6341	1,01552			
	26 ve Üzeri	4,7391	,79876			
BZAÖ 5 (Algılanan Özgürlük)	17-20 Yaş	4,2118	1,24264	5,978	,003	1-2 1-3
	21-25 Yaş	4,5983	1,06902			
	26 ve Üzeri	4,7370	,83754			
BZAÖ 6 (İşsel Motivasyon)	17-20 Yaş	4,3098	1,16926	1,762	,173	
	21-25 Yaş	4,5429	1,02204			
	26 ve Üzeri	4,5399	,82371			
BZAÖ 7 (Hedef Yönelimi)	17-20 Yaş	4,2667	1,33611	6,889	,001	1-2 1-3
	21-25 Yaş	4,7234	1,03928			
	26 ve Üzeri	4,7935	,81326			
BZAÖ 8 (İş İlişkisi)	17-20 Yaş	4,5365	1,07536	2,058	,129	1-2 1-3
	21-25 Yaş	4,7039	,93707			
	26 ve Üzeri	4,8217	,80080			

Yaş değişkenine göre Yaşam Doyumu Ölçeği ve Boş Zaman Anlamı Ölçeği alt boyutları arasında yapılan Anova Testi sonuçlarına göre katılımcıların yaşam doyumu ile yaşları arasında anlamlı farklılık olduğu belirlenmiş bu anlamlı farkın tespitine yönelik yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma testine göre ise anlamlı farkın “17-20 Yaş” grubundan kaynaklandığı belirlenmiştir. Tablo da Tukey testi’nde belirtilen rakamlar değişkenlerin sırasını temsil etmektedir. Katılımcıların yaşları ile boş zamanın anlamına ilişkin görüşleri değerlendirildiğinde ise “Aktif Pasif Katılım”, “Algılanan Yeterlilik”, “Algılanan Özgürlük”, “Hedef Yönelimi” ve “İş İlişkisi” alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu ve tüm alt boyutlarda bu anlamlı farkın “17-20 Yaş” grubundan kaynaklandığı belirlenmiştir. Diğer alt boyutlarda ise anlamlı farkın olmadığı belirlenmiştir (p>0.05).

Tablo 5. Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Katılımcıların Yaşam Doymumu ve Boş Zaman Anlamı ile İlgili Görüşlerine İlişkin Anova Testi Tablosu

Alt Boyutlar	Değişken	Ort.	Ss	F	p	Tukey
Yaşam Doymumu Ölçeği (YDÖ)	Çok Kötü	3,1077	1,32568	9,321	,000	1-3 1-4 1-5
	Kötü	3,7552	1,19536			
	Normal	4,1990	1,16236			
	İyi	4,4577	1,03841			
	Çok İyi	4,7886	,92919			
BZAÖ 1 (Aktif-Pasif Katılım)	Çok Kötü	4,0000	1,43527	7,222	,000	1-4 2-3 2-4
	Kötü	4,1254	,87375			
	Normal	4,5412	,88911			
	İyi	4,7959	,76047			
	Çok İyi	4,5600	,66119			
BZAÖ 2 (Sosyal Etkileşim)	Çok Kötü	3,4000	1,70880	12,509	,000	1-3 1-4 1-5
	Kötü	4,1403	1,00001			
	Normal	4,5763	1,01474			
	İyi	4,9732	,78826			
	Çok İyi	4,6971	,62567			
BZAÖ 3 (Algılanan Yeterlilik)	Çok Kötü	4,2308	1,54604	4,861	,001	2-3 2-4
	Kötü	4,3619	1,14505			
	Normal	4,8209	,95992			
	İyi	4,9356	,81032			
	Çok İyi	4,7786	,63816			
BZAÖ 4 (Boş Zamanın Kullanılabilirliği)	Çok Kötü	3,6923	1,50912	6,669	,000	1-3 1-4 1-5
	Kötü	4,3164	1,06410			
	Normal	4,6052	1,02010			
	İyi	4,8536	,82841			
	Çok İyi	4,8971	,60657			
BZAÖ 5 (Algılanan Özgürlük)	Çok Kötü	3,7231	1,64629	5,576	,000	1-4 1-5
	Kötü	4,2687	1,21334			
	Normal	4,5113	1,06959			
	İyi	4,8309	,89132			
	Çok İyi	4,8171	,69005			
BZAÖ 6 (İçsel Motivasyon)	Çok Kötü	4,0256	1,58384	6,617	,000	1-4 1-5
	Kötü	4,1990	1,03159			
	Normal	4,3952	1,02847			
	İyi	4,8144	,84979			
	Çok İyi	4,8857	,74071			
BZAÖ 7 (Hedef Yönelimi)	Çok Kötü	3,6154	1,49596	9,500	,000	1-3 1-4 1-5
	Kötü	4,1692	1,19535			
	Normal	4,6735	1,11666			
	İyi	4,9244	,74614			
	Çok İyi	4,9905	,68354			
BZAÖ 8 (İş İlişkisi)	Çok Kötü	4,0923	1,48238	4,177	,003	4 1-
	Kötü	4,4090	1,03188			
	Normal	4,7216	,95214			
	İyi	4,8928	,69586			
	Çok İyi	4,7771	,88885			

Gelir düzeyi değişkenine göre Yaşam Doymu Ölçeği ve Boş Zaman Anlamı Ölçeği alt boyutları arasında yapılan Anova Testi sonuçlarına göre Yaşam Doymu Ölçeği ile Boş Zamanın Anlamı ölçeğinin tüm alt boyutlarında gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). Belirlenen anlamlı farklılığın gelir düzeyi “Çok Kötü” olanlardan kaynaklandığı belirlenmiştir. Tablo da Tukey testi’nde belirtilen rakamlar değişkenlerin sırasını temsil etmektedir.

Tablo 6. Yaşam Doymu Ölçeği İle Boş Zaman Anlamı Ölçeğine İlişkisine Dair Korelasyon Analizi Tablosu

		BDÖ	BZAÖ1	BZAÖ2	BZAÖ3	BZAÖ4	BZAÖ5	BZAÖ6	BZAÖ7	BZAÖ8
BDÖ	R	1								
	p									
	N	406								
BZAÖ 1	R	,476**	1							
	p	,000								
	N	406	406							
BZAÖ 2	R	,399**	,692**	1						
	p	,000	,000							
	N	406	406	406						
BZAÖ 3	R	,358**	,599**	,699**	1					
	p	,000	,000	,000						
	N	406	406	406	406					
BZAÖ 4	R	,394**	,496**	,575**	,676**	1				
	p	,000	,000	,000	,000					
	N	406	406	406	406	406				
BZAÖ 5	R	,444**	,504**	,518**	,669**	,752**	1			
	p	,000	,000	,000	,000	,000				
	N	406	406	406	406	406	406			
BZAÖ 6	R	,341**	,468**	,485**	,580**	,650**	,697**	1		
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000			
	N	406	406	406	406	406	406	406		
BZAÖ 7	R	,433**	,567**	,603**	,624**	,612**	,665**	,690**	1	
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		
	N	406	406	406	406	406	406	406	406	
BZAÖ 8	R	,347**	,447**	,484**	,603**	,621**	,719**	,601**	,656**	1
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	406	406	406	406	406	406	406	406	406

Yapılan korelasyon analizi sonucu BDÖ ve BZAÖ ölçekleri arasındaki korelasyon pozitif yönde anlamlı bulunmuştur ($p<01$). Yaşam doymu arttıkça katılımcıların boş zamanın anlamına ilişkin görüşlerinin ve değerlendirmelerinin de arttığı söylenebilir.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Katılımcıların boş zaman anlam düzeylerinin cinsiyet açısından karşılaştırması yapıldığında; bireylerin rekreasyon aktivite, bilişsel aktivite ve sosyal aktivite boyutunda cinsiyete göre anlamlılığa rastlanılmıştır (Tablo 3). Literatürde cinsiyet üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde; üniversite öğrencileri üzerine (Allison vd., 1999; Çoruh ve Karaküçük, 2014) gençler üzerine (Özşaker, 2012) öğretim elemanları üzerine; ergenlik dönemindeki bireyler üzerine (Tappe, vd., 1989) yapılan çalışmalarda boş zaman ölçeğinin alt boyutunda cinsiyete göre anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Alfadhil (1996) tarafından yapılan çalışmada zaman ve arkadaş eksikliği engelinin cinsiyete göre

anlamli farklılık gösterdiğine rastlanmıştır. Bulunan sonuçlar yapılan çalışmayla benzerlik göstermektedir. Cinsiyet, kadın ve erkeğin sosyo-kültürel açıdan tanımlanmasını, toplumların kadın ve erkeği birbirinden ayırt etme biçimini ve onlara verdiği toplumsal rolleri ifade etmektedir. Toplumsal olarak kadın ve erkeklere yüklenen roller farklıdır. Ann Oakley' e göre roller ve sorumluluklara baktığımızda erkekler evin reisi, ekmeği kazananı, siyasette, dinde, iş ve meslek hayatında aktif olan cinsiyet olduğu için kaygı ve stresten dolayı yaşam tatmini daha düşük olabilir (Bhasin, 2003).

Üniversite öğrencilerinin yaş değişkenine göre Yaşam Doyumu Ölçeği ve Boş Zaman Anlamı Ölçeği alt boyutları arasında yapılan Anova Testi sonuçlarına göre katılımcıların yaşam doyumu ile yaşları arasında anlamlı farklılık olduğu belirlenirken Çakır (2017) ın üniversite öğrencilerinin serbest zaman doyumu ve yönetimini incelemek için yaptığı çalışmada çalışma sonuçlarının aksine anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Akal (2005) çalışmasında kişilerin, yaşı ile yaşam kalitesi puan ortalamalarını karşılaştırdığında, aralarındaki farklılığın anlamlı olduğunu ortaya çıkarmış ve yaşın artmasıyla beraber yaşam kalitesi puan ortalamalarının önemli oranda düştüğünü belirtmiştir. Atasoy (2014) Beden eğitimi öğretmenleri üzerinde yaptığı çalışmada yaş ile yaşam doyumu arasında negatif ve minimum düzeyde bir ilişki tespit etmiştir. Akandere, Acar ve Baştuğ (2009) ise yaş arttıkça bilgi düzeyinin artmasıyla birlikte yaşam doyumunun arttığına rastlamışlardır. Avşaroğlu, Deniz ve Kahraman (2005), Bulut (2007) ve Bilge, Sayan ve Kabakçı (2009) yaş ile yaşam doyumu arasında anlamlı ilişki olmadığını belirtmiştir. Literatürde incelenen çalışmalar yaş değişkeni ve yaşam doyumu arasında çeşitli sonuçlar göstermektedir. Çalışmamızda katılımcıların yaşları ile boş zamanın anlamına ilişkin görüşleri değerlendirildiğinde ise “Aktif Pasif Katılım”, “Algılanan Yeterlilik”, “Algılanan Özgürlük” ve “İş İlişkisi” alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu ve tüm alt boyutlarda bu anlamlı farkın “17-20 Yaş” grubundan kaynaklandığı belirlenmiştir.

Gelir düzeyine göre Yaşam Doyumu Ölçeği ve Boş Zaman Anlamı Ölçeği alt boyutları arasında yapılan Anova Testi sonuçlarına göre Yaşam Doyumu Ölçeği ile Boş Zamanın Anlamı ölçeğinin tüm alt boyutlarında gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ($p < 0.05$). Bir hizmet ya da herhangi bir sebepten ötürü ürünün tercih edilmesinde kaliteli olması insanların talepleri arasında bulunmaktadır (Kueh ve Voon, 2007). Günümüzde hizmet ve ürün olarak adlandırılan serbest zaman faaliyetlerine (Odabaşı ve Barış, 2002) insanların sahip olurken bu tarz satın alma davranışları gösterdiği ve bu davranışların gelir düzeyinden kaynaklı olduğu savunulmaktadır (Higgins ve Rickert, 2005). Özellikle gelir düzeyi yüksek olan kişilerin bu tip hizmetlerde daha da kalitelisini seçerek beklentilerine çok kolay ulaşabildikleri ve bu durumda bu tarz faaliyetlere devamlı katılım isteği oluşturduğu belirtilmektedir (Ahmed vd., 2016). Karaküçük ve diğerleri (2019) araştırmasında gelir düzeyi ile fiziksel ve sosyal fayda ile rekreasyon fayda ölçeği arasında anlamlı farklılık tespit edememiş iken, psikolojik fayda arasında anlamlı farklılık ortaya koymuştur. Dergance ve diğerleri (2003) yaptıkları çalışmada gelir düzeyi ile rekreasyonel açıdan fiziksel aktivite yapan bireylerin elde edilen fayda düzeyine direkt bir etkisi olmadığını belirtmiştir. Ancak Yalçınkaya (2019), Durhan ve Karaküçük (2017) yaptıkları çalışmada gelir düzeyi ile rekreasyon fayda ölçeği ve alt boyutları arasında anlamlı ilişkiye rastlamışlardır. Ayrıca Heintzman (2009) rekreasyon fayda durumunun psikolojik açıdan Yueh (2012) ise sosyal açıdan daha yüksek puan ortalamalarına sahip olduğu sonucuna varmıştır. Çalışkan, Yasul ve Ulaş (2017) öğretmen adaylarıyla yaptığı çalışmada gelir düzeyinin yaşam doyumu üzerinde önemli bir unsur olduğunu belirtirken Kara ve diğerleri (2018) araştırmalarında gelir durumu iyi olan beden eğitimi öğretmeni adaylarının orta ve düşük olanlara göre yaşam doyumunun daha yüksek olduğunu sonucuna rastlamıştır. Chow (2005), Tuzgöl Dost (2006) ve Paolini, Yanez ve Kelly (2006) yapmış oldukları araştırmalarda, aile ekonomik durumunun insanların ihtiyaçlarını karşılayabilmelerinde pozitif yönde etkilediği ve yaşam doyumunu da arttığını sonucuna ulaşmışlardır. Literatürde geçen çalışmalar ve çalışmamızdaki bulgularımız doğrultusunda aile gelir düzeyinin yaşamdan alınan doyum düzeyini

arttığını düşünülmektedir. Üniversite öğrencilerine yönelik olarak yapılan bir çalışmada da boş zaman katılımı ile yaşam tatminin pozitif ve anlamlı korelasyona sahip olduğuna rastlanmıştır (Huang, ve Carleton, 2003). Boş zaman katılım sıklığı yüksek olan gruplarda yaşam tatminin yüksek olduğu çalışmalar literatürde bulunmaktadır (Brown ve Frankel, 1993; Hawkins vd, 2004).

İnsanlar serbest zamanlarında yoğun günlük hayatlarından yorulan bedeni ve ruhi sağlığını korumak, geri kazanmak ve elde etmek amacıyla bir dizi rekreatif faaliyetlere katılım sağlarlar. Bu faaliyetlerde kendine gerçekleştirmek isteyen kişiler boş zaman etkinliklerinde kişisel, sosyal ve psikolojik yönden birbirleriyle etkileşim halinde olurlar. Boş zaman etkinliklerine katılan bireylerin kişisel, sosyal ve psikolojik durumlarının yaşam tatmini ile ilişkili olduğu yorumlanabilir. Çalışmada uygulanan korelasyon analizi sonucu YDÖ ve BZAÖ ölçekleri arasındaki korelasyon pozitif yönde anlamlı sonuç elde ederek ($p < 01$), yaşam doyumu arttıkça katılımcıların boş zamanın anlamına ilişkin görüşlerinin ve değerlendirmelerinin de arttığı söylenebilir.

Çalışmada, yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, fakülte öğretim türü ve rekreasyonel aktivitelere katılım sıklığı gibi demografik değişkenlerin boş zaman anlamı ve yaşam tatmini tesiri göz önüne alınarak, araştırmanın önde gelen değişkenleri olarak belirlenmiştir. Sonraki yapılacak olan araştırmalarda çeşitli değişkenlerin kullanılması ve çeşitli örneklem gruplarına göre karşılaştırmalarda bulunabilmesi araştırmacıların rekreasyonda algılanan yaşam tatmini ve boş zamanın anlamına ilişkin rekreasyonel faaliyetlerin etkisini ortaya koymak amacıyla çeşitli çalışmaların ortaya çıkmasını sağlayacaktır.

Öğrenciler için yüksek öğretim kurumlarında ve kentlerde öncelikli olarak boş zamanlarını etkili olarak değerlendirebilmeleri için yeterli rekreasyon alanları olması oldukça önemlidir. Araştırma sonucunun üniversite öğrencilerinin rekreasyonda algılanan yaşam tatmini ve boş zaman anlamı ilişkisi kavramlarının olumlu yönde etkisi olduğu için, kampüs ve kent içerisinde bulunan rekreasyon alanlarında eksiklik varsa bu eksiklikler giderilmeli ve üniversite öğrencilerinin beklentilerine cevap verecek rekreatif aktiviteler ilgili mecralarca çoğaltılmalıdır. Öğrencilerin rekreasyonel, sosyal ve kültürel faaliyetlere katılım sağlayabilmeleri için gerekli fiziki ve ekonomik şartların oluşturulması, öğrencilere yönelik rekreasyon faaliyetleri ve programlar öğrencilerin sosyo ve ekonomik özellikleri göz önüne alınarak planlanma yapılması üniversite öğrencileri için imkân sağlayacaktır. Üniversite öğrencilerinin boş zaman aktivitelerini artırıcı örneklerinin artırılması (spor müsabakaları, rekreasyon alanına yönelik çeşitli kurslar, doğa ve insan buluşma organizasyonları) vb. yaşam tatmini düzeylerini de artıracaktır. Öğrenciler rekreasyon faaliyetleri ve boş zaman değerlendirme konuları üzerinde daha çok bilgilendirilmeli ve eğitici seminerler ile desteklenmelidir. Çeşitli açık ve kapalı alan rekreasyon faaliyetleri düzenlenerek ilgili alanların ilgi çekici hale gelmesi sağlanmalıdır. Benlik saygısını artıracak, kendini gerçekleştirme güdüsünü tetikleyecek etkinlikler çeşitlendirilmeli ve yaptırılmalıdır. Üniversite eğitimi gören her bireye yönelik ortak bir rekreasyon faaliyeti ile bu yaş grubu gençlerin sosyalleşmelerine ve özgüven kazanmalarına yönelik organizasyonların düzenlenmesi önemli ölçüde fayda sağlayacaktır. Yapılan çalışmanın örneklemi üniversite katılımcıları oluşturmaktadır. İlerleyen çalışmaların farklı örneklem grupları üzerinde yapılması alandaki çalışma profili genişleteceği için önemli rol oynayacaktır. Rekreasyon faaliyetleri büyük oranda doğaya ve doğal kaynaklara bağlıdır. Bu sebeple de kaynakların devamlılığının sağlanabilmesi için çevresel ve sosyal anlamda meydana gelebilecek tehlikelerin önceden belirlenerek ve bu tehlikelere karşı önlemlerin dikkatle alınması gerekmektedir. Bu nedenle yeni rekreasyon alanları oluşturulurken, doğaya ve çevreye zarar verilmemeli bu konuda bireyler kamu tarafından bilinçlendirilmeli ve gerekli önlemler alınmalıdır.

KAYNAKÇA

- Ahmed, M. E., Khan, M. M. & Samad, N. (2016). Income, social class and consumer behaviour: A focus on developing nations. *International Journal of Applied Business and Economic*, 14(10), 6679-6702.
- Akal, D. Ç. (2005). *Evde yaşayan yaşlı bireylerin yaşam kalitesine etki eden etmenlerin değerlendirilmesi*.

- Yüksek lisans tezi. Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Akandere, M., Acar, M., & Baştuğ, G. (2009). Zihinsel ve fiziksel engelli çocuğa sahip anne ve babaların yaşam doymu ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22, 23-32.
- Alfadhil, A. M. (1996). *University students' perception of constraints to participation in recreational sports activities*. Published Doctoral Dissertation. Michigan State University.
- Alfonso V. C., Allison, D. B., Rader, D. E. & Gorman, B. S. (1996). The extended satisfaction with life scale: Development and psychometric properties, *Social Indicators Research*, 38(3), 275-301
- Allison, K.R., Dwyer, J. M. & Makin, S. (1999). Perceived barriers to physical activity among high school students. *Preventive Medicine*, 28, 608-615.
- Atasoy, G. D. (2014). *Beden eğitimi öğretmenlerinin yaşam doymu düzeyleri ve serbest zamana yönelik tutumları*. Yüksek lisans tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Avşaroğlu, S., Deniz, M. E., & Kahraman, A. (2005). Teknik öğretmenlerde yaşam doymu iş doymu ve mesleki tükenmişliğin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14, 115-129.
- Barkale Şahin, S., & Hamarta, E. (2022). Ergenlerin duygusal özerklik ve yaşam doymularının bağlanma stilleri açısından incelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 146-157.
- Bhasin, K. (2003). Toplumsal cinsiyet “Bize yüklenen roller”. (Birinci basım). İstanbul: Kadınlarla Dayanışma Vakfı Yayınları, 1-11.
- Bilge, F., Sayan, A., & Kabakçı, Ö. F. (2009). Aile mahkemesi uzmanlarının meslek doymuları, yaşam doymuları ve ilişkilere yönelik inançlarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(32), 20-31.
- Brown B. A. & Frankel B.G. (1993). Activity through the years: Leisure, leisure satisfaction and life satisfaction. *Sociology of Sport Journal*, 10, 1-17.
- Bulut, N. (2007). Okul psikolojik danışmanlarının yaşam doymu, stresle başa çıkma stratejileri ve olumsuz otomatik düşünceleri arasındaki ilişkiler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 1-13.
- Chiang L. M. (2010). *The development of a leisure and life satisfaction scale for outpatient (LLSSCP) Leisure Activity Programs In Iowa*, Unpublished doctoral dissertation, University of Northern Iowa.
- Chow, H. P. H. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian Prairie City: a multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70, 139-150.
- Çakır, B., & Dilmaç, B. (2023). Duygusal farkındalık, psikolojik esneklik ve yaşam doymu arasındaki yordayıcı ilişkiler. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 142-159.
- Çakır, O. V. (2017). Üniversite öğrencilerin serbest zaman doymu düzeyleri ile serbest zaman yönetimleri arasındaki ilişki. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 17-27.
- Çalışkan, F. E., Yasul, F. A. & Ulaş, H. A. (2017). Öğretmen adaylarının sosyal değer algıları ile yaşam doymuları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Education Sciences*, 12(4), 133-146.
- Çay, R. D. (2011). *Parklarda ergenlik çağındaki gençlerin rekreasyon gereksinimlerinin saptanması* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çoruh, Y. & Karaküçük, S. (2014). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre rekreasyonel eğilimleri ve rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörler. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2(Özel Sayı:1), 854-862.
- Dergance, J. M., Calmbach, W. L., Dhanda, R., Miles, T. P., Hazuda, P. H. & Mouton, C. P. (2003). Barriers to and benefits of leisure time physical activity in the elderly: differences across cultures. *Journal of the American Geriatrics Society*, 51(6), 863-868.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of*

- Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Durhan, T. A., & Karaküçük, S. (2017). Çocuklarıyla baby gym aktivitelerine katılan ebeveynlerin rekreasyon fayda düzeylerinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(4), 43-53.
- Esteve, R., San Martin, J. & Lopez, A. E. (1999). Grasping the meaning of Leisure: Developing a self report measurement tool. *Leisure Studies*, 18(2), 79-91.
- Glass J. C. & Joll G. (1997). Satisfaction in later life among women 60 or over. *Educational Gerontology*, 23(4), 297-314.
- Gürbüz B, Özdemir A. S. & Karaküçük S. (2007). *Meaning of leisure time scale: Evaluation of psychometric characteristics on Turkish university students*. 4th International Mediterranean Sport Science Congress. Antalya, Turkey.
- Hawkins B., Foose A. K. & Binkley A. L. (2004). Contribution of leisure to the life satisfaction of older adults in Australia and the United States. *World Leisure*, 46(2), 4-12.
- Heintzman, P. (2009). The spiritual benefits of leisure. *Leisure/Loisir*, 33(1), 419-445.
- Higgins, J. W. & Rickert, T. (2005). A taste of healthy living: a recreational opportunity for people at risk of developing type 2 diabetes. *Leisure Sciences*, 27(5), 439-458.
- Huang C-Y. & Carleton B. (2003). The relationships among leisure participation, leisure satisfaction, and life satisfaction of college students in Taiwan. *Journal of Exercise Science and Fitness* 1(2), 129-132.
- Kara, F., Gürbüz, B., Küçük Kılıç, S. & Öncü, E. (2018). Beden eğitimi öğretmeni adaylarının serbest zaman sıkılma algısı, yaşam doymumu ve sosyal bağlılık düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Computer and Education Research*, 6(12), 342-357.
- Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Karaküçük, S., Durhan Ayyıldız, T., Akgül, M. B., Aksin, K. & Özdemir, S. A. (2019). Oryantiring sporcularında ekosentrik, antroposentrik, antipatik yaklaşımların rekreasyon fayda ile ilişkisi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(3), 1263-1288.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Karataş, N.Y. (2006). *Yatılı ilköğretim bölge okullarında okuyan öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirme alışkanlıkları (Bingöl Örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Bursa Uludağ Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bursa
- Kueh, K. ve Ho Voon, B. (2007). Culture and service quality expectations. *Managing Service Quality: An International Journal*, 17(6), 656-680.
- Odabaşı, Y. ve Barış, G. (2002). *Tüketici Davranışı* (İkinci Baskı). İstanbul: MediaCat Akademi.
- Özşaker, M. (2012). Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılmama nedenleri üzerine bir inceleme Selçuk Üniversitesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(1), 126-131.
- Paolini, L., Yanez, A. P. & Kelly, W. E. (2006). An examination of worry and life satisfaction among college students. *Individual Differences Research*, 4(5), 331-339.
- SurveyMonkey (2022). <https://www.surveymonkey.com/mp/sample-size-calculator/> Erişim Tarihi: 10.01.2022
- Tappe, M., Duda, J. & Ehrnwald, P. (1989). Perceived barriers to exercise among adolescents. *Journal Of School Health*, 59(4), 153-155.
- Tuzgöl Dost, M. (2006). Subjective well-being among university students. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31, 188-197.
- Türkel, Z., & Dilmaç, B. (2019). Ergenlerde sosyal medya kullanımı, yalnızlık ve yaşam doymumu arasındaki yordayıcı ilişkiler. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 57-70.
- URAP (2022) <https://newtr.urapcenter.org/> Erişim Tarihi: 10.01.2022

- Wang C. C. (2008). *Leisure participation, leisure motivation and life satisfaction for elders in public senior resident homes in taiwan*, Unpublished doctoral dissertation, The University of the Incarnate Word, School of Graduate Studies.
- Yalçınkaya, N. (2019). *Üniversite öğrencilerinin rekreasyon fayda algıları ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sakarya.
- Yetim, U. (1993) Life satisfaction: A study based on the organization of personal projects. *Social Indicators Research*, 29, 277-289.
- Yueh, J. K. (2012). *The relationship between leisure involvement of remote control plane activities and leisure benefits*. Unpublished Master Thesis, University of the Great Leaf, School of Management, Taiwan.
- Zhumgalbekov, A., & Efilti, E. (2023). Evli bireylerin evlilik uyumu ve yaşam doyumunun incelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 1-15.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction: Not spending enough time on recreational activities can negatively affect individuals' physical health, while also threatening their mental health. In order to cope with these challenges brought by modern life, individuals' focus on making time for themselves and directing their energy in a positive way can lead to serious changes in improving the quality of life. In this regard, it is important to determine the meaning of the concept of leisure time on individuals and their life levels.

Materials and Methods: Since the research aimed to examine the relationship between life satisfaction levels and leisure meaning levels of university students, the study was conducted according to the relational screening model. The relational screening model, as a research model, represents a screening approach that focuses on determining the relationship between two or more variables. The population of the research consists of students studying at Necmettin Erbakan University in the 2021-2022 academic year. It is stated that there are a total of 32,545 students at Necmettin Erbakan University in the 2021-2022 academic year (URAP, 2022). The minimum number of samples that should be reached with a 95% confidence interval and a 5% margin of error calculated using the Sample Size Calculator was determined to be 380 (Survemonkey, 2022). Due to the pandemic period in the relevant academic year, simple random sampling method was preferred in the research. In the study, in addition to the demographic information form created by the researchers, the "Leisure Meaning Scale" and "Life Satisfaction Scale" were used to determine the gender, perceived income status and age of the participants. Since the research period was during the pandemic period, the data was collected by creating the survey form via Google Forms and sending it to the participants via Whatsapp and e-mail. To determine the level of meaning the participants gave to their leisure time, the "Leisure Meaning" scale, developed by Esteve et al. (1999) and validated and reliable in Turkish by Gürbüz et al. (2007), was used. The total scale internal consistency coefficient (Cronbach Alpha) calculated on the data collected within the scope of this study for the Meaning of Leisure Scale in the sub-dimensions of Active Passive Participation .910, Social Interaction .908, Perceived Competence .904, Availability of Leisure Time .904, Perceived Freedom, 901, Intrinsic Motivation .907 and Goal Orientation sub-dimension .903. To determine individuals' life satisfaction levels, the 'Life Satisfaction Scale', developed by Diener et al. (1985) and adapted into Turkish by Yetim (1993), was used. Scale consisting of 5 items; It was prepared on a 7-point Likert type and scoring was done accordingly. The Cronbach Alpha internal consistency coefficient calculated on the data collected in this research is .925. SPSS 23.0 package program was used to analyze the data obtained in the study, and percentage and frequency descriptive statistics methods were used to determine the distribution of the personal information of the participants, and skewness and kurtosis values of the data were checked to determine whether the data showed a normal distribution. As a result of the examinations, it was determined that the data had a normal distribution. In the statistical analysis of the data, in addition to descriptive statistical models, t-test, anova, Tukey HSD multiple comparison test and correlation analysis methods were used to detect significant groups ($\alpha = 0.05$).

Findings: According to the results of the T Test conducted between the sub-dimensions of the Life Satisfaction Scale and the Meaning of Leisure Scale according to the gender variable, there is a significant difference between the life satisfaction of the participants and their gender, and there is a significant difference between the meaning of leisure time according to the gender of the participants in the "Active Passive Participation" and "Social Interaction" sub-dimensions. It was determined that there was a difference. It was revealed that there was no significant difference in the other sub-dimensions. According to the results of the Anova Test conducted between the Life Satisfaction Scale and Leisure Meaning Scale sub-dimensions according to the age variable, it was determined that there was a significant difference between the participants' life satisfaction and their ages. According to the Tukey HSD multiple comparison test performed to detect this significant difference, the significant difference was found to be "17-20 Years Old". It was determined that it originated from the group. When the participants' ages and their views on the meaning of free time are evaluated, there is a significant difference in the "Active Passive Participation", "Perceived Competence", "Perceived Freedom" and "Work Relationship" sub-dimensions and this significant difference in all sub-dimensions originates from the "17-20 Age" group. has been determined. It was determined that there was no significant difference in the other sub-dimensions. According to the results of the Anova Test conducted between the sub-dimensions of the Life Satisfaction Scale and the Meaning of Leisure Scale according to the income level variable, it was determined that there was a significant difference in all sub-dimensions of the Life Satisfaction Scale and the Meaning of Leisure Scale according to the income level variable. As a result of the correlation analysis, the correlation between the BDI and BZAS scales was found to be positively significant. It can be said that as life satisfaction increases, participants' views and evaluations of the meaning of leisure time also increase.

Discussion: When studies on gender in the literature are examined; on university students (Allison et al., 1999; Çoruh and Karaaçık, 2014), on young people (Özşaker, 2012) on faculty members; In studies conducted on individuals in adolescence (Tappe, et al., 1989), a significant difference was found in the sub-dimension of the leisure time scale according to gender. Çakır (2017) found no significant difference in his study to examine university students' leisure time satisfaction and management. When Akal (2005) compared people's age and quality of life score averages in his study, he revealed that the difference between them was significant and stated that as age increased, the quality of life score averages decreased significantly. In the study of Kara Küçük et al. (2019), while they could not detect a

significant difference between income level and physical and social benefit and recreation benefit scale, they revealed a significant difference between psychological benefit. Dergance et al. (2003) stated in their study that income level does not have a direct effect on the level of benefit obtained by individuals who engage in recreational physical activity. It can be said that as life satisfaction increases, participants' views and evaluations of the meaning of leisure also increase. It is very important for students to have adequate recreation areas in higher education institutions and cities so that they can spend their free time effectively. Since the result of the research has a positive effect on the concepts of perceived life satisfaction and leisure meaning relationship of university students in recreation, if there are deficiencies in the recreation areas on campus and in the city, these deficiencies should be eliminated and recreational activities that will meet the expectations of university students should be increased by relevant channels.

Conclusion and Suggestions: It can be said that as life satisfaction increases, participants' views and evaluations of the meaning of leisure also increase. It is very important for students to have adequate recreation areas in higher education institutions and cities so that they can spend their free time effectively. Since the result of the research has a positive effect on the concepts of perceived life satisfaction and leisure meaning relationship of university students in recreation, if there are deficiencies in the recreation areas on campus and in the city, these deficiencies should be eliminated and recreational activities that will meet the expectations of university students should be increased by relevant channels.